

Sujet de conversation



Propositions de sujets à aborder à l'attention des parents et des responsables de l'éducation

Au travers de tous nos messages de prévention, nous conseillons aux parents de s'intéresser à ce que leurs enfants font sur Internet et ainsi susciter le dialogue. Particulièrement quand on a des connaissances limitées des nouveaux médias, il n'est pas toujours facile d'en discuter avec les petits et grands experts du Web. Non seulement ce type de dialogue, portant sur l'utilisation de l'ordinateur et de l'Internet, est important pour créer une base de confiance entre vous et votre enfant, mais il permet également de déceler d'éventuels comportements problématiques. À quels jeux joue votre enfant? Qu'est ce qui lui plaît si particulièrement dans son jeu favori? Avec qui tchate-t-il au quotidien? Quelles photos a-t-il postées sur Netlog ou sur une autre plateforme communautaire, et quels types d'informations a-t-il divulgués? Vous avez le droit et aussi le devoir de savoir ce que votre enfant fait quand il passe du temps sur l'ordinateur. Cela fait partie de votre devoir d'éducation.

Nous vous présentons quelques idées pour vous aider à mieux parler avec votre enfant de ses activités favorites sur la toile et à le sensibiliser à certains dangers.

1 Conseils d'ordre général sur la diffusion de données

De manière générale, vous et votre enfant devriez devenir pleinement conscients de la portée des informations diffusées sur l'Internet. Cette dynamique est basée sur les quatre principes suivants:

- impossible de retirer définitivement d'Internet une information gênante;
- l'information se répand très rapidement et sans frontière;
- le virtuel peut facilement vous rattraper dans la réalité;
- sur l'Internet, on n'est pas toujours «rien qu'entre nous».

Afin que votre enfant puisse mieux comprendre cette tendance, nous vous conseillons de pratiquer avec lui quelques «exercices».

«Googlez» votre enfant!

Saisissez le plus d'informations possibles concernant votre enfant (nom, adresse e-mail, n° de téléphone portable, pseudonymes, informations sur la classe fréquentée, etc.) dans Google ou dans un autre moteur de recherche, par exemple www.123people.ch, et regardez ensemble dans quels contextes ces renseignements s'affichent ensuite à l'écran. Lancez également une recherche dans les banques de données «Images».

Explorez avec votre enfant ces résultats et demandez-lui:

- Trouverais-tu pénible de voir toutes ces informations révélées dans une publicité au cinéma / sur le panneau d'affichage de l'école / dans la revue Bravo ou dans le journal 20 minutes?
- Que penseront tes actuels/futurs maîtres d'apprentissage de toi s'ils voient ou lisent ces informations?

- Te mets-tu à la place de ton nouveau petit ami/ta nouvelle petite amie qui tombe sur les photos de toi et de ton ex sur l'Internet?

De telles questions, et bien d'autres encore, permettent aux enfants et aux adolescents de prendre pleinement conscience que les informations les concernant sont diffusées plus largement que souhaité et, de plus, qu'elles pourront être en ligne sous une forme différente de la forme initiale.

Remplacez les informations dans un contexte nouveau et embarrassant!

Les textes et les images en libre accès sur l'Internet peuvent sans problème être copiés, dénaturés, replacés dans un nouveau contexte ou encore diffusés dans un but précis. Si vous le pouvez, n'hésitez pas à montrer tous ces mécanismes à votre enfant, sans pour autant lui donner un mode d'emploi. Si vos connaissances techniques sont insuffisantes et si vous ne pouvez pas demander de l'aide à un proche, nous vous suggérons de réaliser un collage avec votre enfant: prenez une photo de lui et collez-la sur la une d'un quotidien pour inventer un nouveau contexte. Plus ce dernier est embarrassant, mieux c'est!

Ainsi, votre enfant devrait mieux comprendre que les informations peuvent être dénaturées et que l'on peut facilement perdre le contrôle sur la diffusion en ligne des textes et des images.

Il y a des personnes, notamment des jeunes qui – peut-être au début pour s'amuser ou qui sont malintentionnés – créent des situations fort embarrassantes. Faites comprendre à votre enfant que les amis d'aujourd'hui ne sont pas toujours ceux de demain.

2 La réalité existe à travers l'effet qu'elle produit

Vous devriez connaître les profils – mais aussi les contacts autorisés à y accéder – que votre enfant a postés sur les sites communautaires en ligne, notamment s'il a moins de 16 ans. Accordez-vous du temps pour consulter ensemble ses profils publiés sur le Net et profitez de l'occasion pour discuter des effets qu'ils peuvent produire. Ne jouer pas au professeur ou au censeur mais essayez d'adopter au contraire une attitude ouverte et intéressée.

La génération actuelle des parents ne comprend pas toujours aisément que la représentation de soi des adolescents d'aujourd'hui suit d'autres schémas que celle d'il y a 30 ou 40 ans. Il faut être conscient des modèles que le monde des adultes offre aux jeunes d'aujourd'hui que cela soit dans les journaux gratuits, au cinéma, à la télévision ou tout simplement sur les affiches. Des top-modèles sexy et aguichantes aux bellâtres excentriques au regard provocant, des émissions qui cultivent le plaisir à se nourrir du malheur des autres jusqu'à la levée des tabous dès que l'occasion se présente, est un univers plutôt destabilisant. Parlez à vos enfants de ces paradis artificiels. Sourire d'une photo de Britney Spears saoule dans Bravo est bien différent que visionner une vidéo de votre enfant dans le même état sur YouTube.

Les enfants et les adolescents doivent comprendre que le monde artificiel qu'ils créent autour d'eux correspond aussi à une réalité, la leur. Britney Spears vit du scandale qu'elle provoque; votre enfant, en revanche, peut perdre sa place d'apprentissage à cause d'une image scandaleuse diffusée sur l'Internet et qui tombe par hasard ou volontairement entre les mains de son employeur.

Ce sont souvent les jeunes filles qui ne se rendent pas compte des effets produits par des représentations aguichantes. En essayant de ressembler à leurs idoles, elles ignorent le caractère érotique des messages qu'elles envoient.

Dans ce cas, vous n'avez pas le choix et vous devez interdire toute représentation trop osée et obliger votre enfant à remplacer les photos, en proposant d'autres variantes, par exemple. Ainsi, le choix peut porter sur des représentations drôles ou originales avec lesquelles les enfants peuvent également attirer l'attention sur eux sans faire allusion à l'érotisme. Insistez surtout auprès des adolescentes quant aux clichés coquins faits avec leur compagnon! Il arrive qu'ils soient largement diffusés par vengeance après une rupture.

3 Quand le monde virtuel se transforme en dure réalité

Certains enfants et adolescents sont tellement fascinés par l'Internet que la fréquentation des amis et la pratique d'autres loisirs perdent tout intérêt. Vous, en tant que parents, êtes responsables de la place qu'occupe l'Internet dans la vie de votre enfant ainsi que de la poursuite d'autres activités sociales.

Fixez des limites!

Les conseils suivants ont pour but de vous aider à mieux structurer le quotidien:

Les «bons Internet»: convenez avec votre enfant de règles à appliquer concernant l'utilisation du Web. Le temps que votre enfant est autorisé à passer en ligne peut être accordé sous la forme de «bons Internet». Si, par exemple, votre enfant est autorisé à chatter une heure par jour, donnez-lui quatre bons d'un quart d'heure chacun qu'il peut vous remettre dès qu'il souhaite se connecter à un site communautaire. Quand les bons ont tous été utilisés, il doit éteindre l'ordinateur.

Équilibre entre le monde virtuel et le monde réel:

veillez à ce que votre enfant ne passe pas seulement du temps devant l'écran, mais aussi à l'extérieur avec les autres enfants. Il doit s'adonner au sport et à des loisirs pour qu'il entretienne de vrais contacts sociaux. Si votre enfant souhaite passer plus de temps sur l'Internet, vous pouvez le lui accorder en posant vos conditions. Par exemple, il devra s'inscrire à un nouveau cours de danse/tennis ou lire un livre pour pouvoir tester un nouveau jeu ou obtenir 15 minutes de tchat supplémentaires par jour.

Les amis virtuels sont-ils de vrais amis?

Au sein des communautés en ligne et sur les sites de clavardage, les enfants et les adolescents accordent une grande importance au nombre d'amis affichés. Il n'est pas rare de rencontrer des profils sur lesquels une personne répondant au pseudonyme «leila_clairdelune» comptabilise 437 amis ou que «skaterboy007» entretient des contacts avec 398 autres personnes. Plus on compte d'amis sur sa liste, plus on a d'importance, plus on est demandé, plus on est connu! Parmi les jeunes, la popularité se mesure à la longueur de la liste de ses amis.

Or, si les enfants et les adolescents ne se montrent pas suffisamment prudents lorsqu'ils acceptent de nouveaux amis sur leur liste, il peut facilement s'y glisser des délinquants sexuels qui font ainsi un premier pas vers de futures tentatives d'intimidation (mobbing). De plus, même en cas d'accès limité aux amis, les informations fournies sont pour ainsi dire totalement publiques. Dépassé un certain nombre, il n'est plus possible de connaître réellement tous ses amis en ligne.

Discutez avec votre enfant de ses contacts et de la notion d'amitié en général. Que signifie pour votre enfant «entretenir une amitié»? Qu'est-ce qu'il distingue les amis de l'école de ceux connus sur l'Internet? Comment peut-on être certain que les choses apprises sur un ami via le Web sont vraies? Quel souci et quel problème confie-t-il, et à quel ami en particulier?

Vous pouvez même aller jusqu'à créer vous-même un profil dans l'une de ces communautés en ligne fréquentée par votre enfant en le concevant de façon à ce qu'il puisse susciter son intérêt. Quand il se rendra compte que c'est sa mère ou son père qui se cache derrière le profil, il sera peut-être plus prudent à l'avenir quand il nouera de nouveaux contacts.

4 Votre enfant joue-t-il principalement à des jeux sur l'ordinateur?

Demandez à votre enfant de vous montrer les jeux auxquels il joue en ligne sur son PC ou sa console. Regardez ces jeux et vérifiez si l'âge recommandé par l'éditeur correspond à celui de votre enfant. Le site www.pegi.info/fr propose une liste de symboles qui figurent sur les boîtes de DVD avec les explications relatives et les recommandations d'âge.

Demandez à votre enfant de vous expliquer comment le jeu fonctionne, proposez de faire une partie avec lui. Vous serez peut-être ridicule mais cela développera une complicité avec votre chérubin.

Votre enfant joue-t-il en ligne avec ou contre des partenaires virtuels? Demandez-lui quels personnages (avatars) ont été choisis par les autres joueurs et ce qu'il sait sur eux. Discutez du personnage choisi par votre enfant: Pourquoi l'avoir créé de cette façon? Pour quelle raison préfère-t-il tel ou tel jeu?

Une fois que vous savez ce qui lui plaît tellement, peut-être pourrez-vous aussi lui faire découvrir des activités réelles qui répondent à ces mêmes besoins. Pourquoi ne pas l'inscrire dans un club de karaté ou de judo si votre enfant s'intéresse aux jeux de combat? Il pourrait aussi lire un roman de fiction pour qu'il imagine son propre monde au lieu de jouer aux jeux avec des personnages fictifs déjà créés de toute pièce.

5 Des sites précieux pour votre enfant

L'Internet propose aussi un grand nombre d'offres spécialement conçues pour les enfants: des jeux, des tchats, des nouvelles communautés ou des pages d'information. Nous avons choisi certains sites précieux et utiles pour vous et sur lesquels vous pouvez attirer l'intérêt de votre enfant. Ces offres s'adressent plutôt aux plus jeunes enfants.

Sites pour communiquer spécialement conçus pour les enfants:

<http://forum.momes.net>
www.blablaland.com
<http://club.ados.fr>

Sites pour jouer, effectuer des recherches et s'informer spécialement conçus pour les enfants:

www.safersurfing.ch
www.lilibiggs.ch
www.mabule.ch
www.xooloo.fr
<http://jeux-pour-apprendre.com>

Sites pour s'informer spécialement conçus pour les enfants:

www.educa.ch/DYN/161007.asp
www.infoklick.ch/romandie
www.schoolnet.ch/FR

Des sites précieux pour vous:

www.pegi.info/fr: Le système de classification par âge PEGI (Pan-European Game Information, système européen d'information sur les jeux) permet aux parents de toute l'Europe de prendre des décisions éclairées lors de l'achat de jeux vidéo.

www.stopp-kinderpornografie.ch/3/fr: La Prévention Suisse de la Criminalité a mis en œuvre une campagne nationale de lutte contre la pédocriminalité. Ce site offre des informations et des outils précieux.

www.schau-hin.ch/francais/pages/AK/AK.shtml: L'Alliance suisse pour la prévention des abus sexuels envers les enfants et les jeunes a pour objet de protéger les enfants de tout le pays de la violence et des abus sexuels. Ce site offre de nombreux conseils et informations fort utiles.

www.filtr.info: Ce site offre des informations sur le contrôle parental ainsi que des informations générales sur la sécurité informatique.

www.famille-emploi.ch/famille-emploi/index.htm: Le site commun de l'Union patronale suisse, de Pro Familia Suisse et de pro juventute offre une plate-forme pour la famille et l'emploi dans le but d'aider à pouvoir concilier la vie de famille avec l'activité professionnelle en proposant des informations et une aide à ce propos.

www.e-media.ch: Ce site offre une aide précieuse pour les parents dans le domaine de l'éducation aux médias.

www.enfant.com: Un site informatif en tant que point de rencontre en ligne qui offre aux femmes et aux hommes une plate-forme neutre pour échanger leurs informations et leurs idées autour du thème de l'éducation.

Pour les
parents

Cyberaddiction



Le risque d'addiction à l'Internet

Beaucoup de jeunes se connectent à l'Internet ou passent du temps devant l'ordinateur tous les jours. Pour certains, c'est au moins plusieurs fois par semaine. Ils y jouent et communiquent sur les tchats ou les sites sociaux, comme Netlog, Facebook ou d'autres sites communautaires en ligne. Pour les enfants et les adolescents, l'Internet ouvre les portes sur un monde fascinant qui leur permet d'acquérir des connaissances, de discuter avec d'autres personnes, de se présenter aux autres ou encore de jouer. Or, la fascination exercée par l'Internet peut aussi devenir problématique et, dans le cas extrême, entraîner une cyber-addiction.

1 Mon enfant risque-t-il de développer une cyber-addiction?

Préoccupez-vous de savoir combien de temps votre enfant passe sur l'Internet. Peut-être que vous ne savez plus vraiment ce qui est considéré comme «normal» aujourd'hui. Peut-être même que votre enfant est déjà en train de développer une dépendance aux tchats ou aux jeux en ligne? Pour le savoir, mieux vaut poser les bonnes questions – à vous et à votre enfant – qui sont:

- Est-ce que le temps que votre enfant passe sur l'Internet augmente peu à peu?
- Réplique-t-il avec brusquerie, frustration ou colère si vous lui interdisez de jouer à l'ordinateur, de tchater ou de se rendre sur un site communautaire?
- Est-ce que les activités sur l'Internet et l'ordinateur important plus à votre enfant que ses autres activités?
- Néglige-t-il le contact direct avec ses amis et ne parle plus que de ses amis virtuels?
- Est-ce que ses loisirs et ses autres activités sont de plus en plus négligés?
- Ses résultats scolaires ou sur le lieu d'apprentissage sont en baisse?

Une seule réponse par «oui» à ces questions est déjà suffisante pour devoir agir. Les enfants et les adolescents qui passent toujours plus de temps sur l'Internet ont souvent aussi des difficultés dans la vie réelle. En se réfugiant derrière des activités virtuelles, ils se soustraient aux problèmes quotidiens et à la solitude en croyant les maîtriser en gérant un monde virtuel. Ils entrent alors dans un cercle vicieux puisque les vrais problèmes ne sont ni affrontés ni résolus. Aidez votre enfant à trouver une sortie!

Vous intéressez-vous aux activités de votre enfant?

En règle générale, les enfants en savent plus long sur l'utilisation des nouveaux médias que leurs parents. Considérez ce fait comme une opportunité afin de lui faire part de votre intérêt pour ces activités. Demandez-lui de vous expliquer les jeux auxquels il joue, les profils qu'il a postés sur des sites sociaux et les raisons pour lesquelles il préfère tel jeu plutôt qu'un autre. L'objectif est que votre enfant vous montre son profil, par exemple sur Netlog, et vous présente les personnes avec qui il tchate.

Imposez-vous des limites?

Les enfants et les adolescents ont souvent beaucoup de mal à se discipliner. Vous devez les aider à s'intéresser intelligemment aux activités virtuelles. Imposer des limites est alors indispensable. Pour cela, décidez avec votre enfant du temps qu'il a le droit de passer devant l'ordinateur et veillez à ce qu'il le respecte. Ces durées doivent être fixées en fonction de l'âge de l'enfant et des autres activités récréatives qu'il pratique.

Avez-vous un œil sur l'activité de votre enfant?

Certes, la confiance entre parents et enfants forme la base d'une bonne relation. Or, c'est à l'adolescence que les jeunes cherchent les limites et, de temps à autre, les dépassent. Il est du devoir des parents ou des responsables de l'éducation de surveiller les jeunes afin qu'ils ne se mettent pas en danger, ni dans le monde virtuel, ni dans le monde réel.

Concernant l'utilisation de l'Internet, il vous faut connaître les activités virtuelles pratiquées par votre enfant. Est-ce que les jeux auxquels il joue sont adaptés à son âge? Savez-vous avec qui il tchate quotidiennement? Respecte-t-il les limites fixées concernant le temps passé devant l'écran?

En principe, un ordinateur n'a pas sa place dans une chambre d'enfant et les recommandations d'âge pour les jeux doivent être respectées.

Proposez-vous de l'aide à votre enfant?

Si vous avez l'impression que votre enfant fuit les problèmes quotidiens en se réfugiant derrière des activités virtuelles sur l'Internet, vous devez lui proposer votre aide. Rencontre-t-il des problèmes à l'école? Est-ce qu'une relation vient de se rompre? Est-ce qu'il se sent surmené par les tâches quotidiennes? Faites lui comprendre que la fuite dans le monde virtuel ne résout pas les problèmes.

2 Que faire si une utilisation problématique de l'Internet est déjà installée?

Si vous craignez que votre enfant ait déjà développé une cyberaddiction et si d'en parler avec lui est trop difficile, adressez-vous à des spécialistes! Diverses organisations proposent des aides compétentes, à vous et à votre enfant, afin de trouver une solution pour sortir des activités nuisibles. Vous trouverez en fin de document toutes les adresses utiles des services de conseils.

3 Qu'en est-il des amis de mon enfant?

Il est fréquent que les amis de votre enfant soient moins surveillés par leurs parents lorsqu'ils passent du temps sur le Web et sont, notamment pour cette raison, fortement sollicités par les autres copains qui, eux, doivent se plier à des règles. Beaucoup de parents rencontrent ainsi des situations conflictuelles d'une part parce qu'ils souhaitent que leur enfant ait des amis et, d'autre part, parce qu'ils craignent de ne plus pouvoir le surveiller suffisamment quand il se rend chez ses copains. Si vous êtes dans ce cas, recherchez le dialogue avec les parents des autres enfants concernés. Contactez-les et essayez de leur expliquer les raisons pour lesquelles les possibilités d'accès à l'Internet doivent rester surveillées. Si vos efforts ne portent pas leurs fruits, limitez les contacts entre votre enfant et ses amis aux domaines d'activités que vous êtes en mesure de surveiller.

4 Informations complémentaires et services de conseils

- Test parent-enfant sur la dépendance à l'internet: www.missa.org/cyberdependance.php
- De nombreux services du domaine des dépendances proposent leur aide aux personnes souffrant de cyberaddiction et mettent à disposition une liste des adresses utiles classées par cantons: www.infoset.ch
- Site de l'Institut Suisse pour la prophylaxie de l'alcoolisme et autres toxicomanies. Lausanne: ISPA, www.sfa-ispa.ch
- Site général couvrant les divers domaines de la dépendance à l'internet: <http://cyberdependance.fr>
- Doctissimo – Etes-vous cyberdépendant? www.doctissimo.fr/html/sante/mag_2001/mag0309/ps_3663_cyberdependant.htm
- Site du Center for Online Addiction; comprend des ressources pour les thérapeutes, les familles, des questionnaires pour tester sa dépendance (sexe, internet, jeu en ligne, affective), etc. www.netaddiction.com
- www.pegi.info: Il s'agit du système européen de classification par catégorie d'âge des logiciels de loisirs. Conçu pour éviter qu'en fonction de leur âge les mineurs ne soient exposés à des logiciels de loisirs aux contenus inappropriés, le système est soutenu par les principaux fabricants de console, ainsi que par la plupart des éditeurs et des développeurs européens de logiciels de loisirs.

Pour
les jeunes
filles et
garçons

Cyberaddiction

De la fascination à l'addiction?

Jouer, tchater, poster sur Netlog et bien plus encore: l'Internet est aussi utile qu'amusant, et ouvre la voie à des possibilités quasiment illimitées. Mais dans le monde virtuel aussi, trop c'est trop et il faut veiller aux effets néfastes!

Est-ce que tu as déjà réfléchi à combien de temps tu passes sur Internet? Que pourrais-tu faire d'autre pendant ce temps? Est-ce qu'en arrivant à la maison tu t'es déjà surpris à allumer l'ordinateur automatiquement? Est-ce que tu as déjà pensé à la manière dont tu considères tes amis sur les tchats? As-tu déjà décliné une invitation pour la simple raison de vouloir terminer un jeu en ligne ou de tchater avec tes amis sur un site communautaire?

Il y a des personnes – jeunes et moins jeunes – qui peuvent littéralement «se perdre» sur la Toile. La fascination rencontrée au début se transforme peu à peu en addiction, similaire à celle aux drogues ou l'alcool. Soudainement, on ne peut plus s'en passer et on néglige le monde qui nous entoure. Petit à petit cela crée des problèmes: on devient solitaire, l'apprentissage à l'école ou d'un métier devient problématique, la santé prend un coup et les vraies relations sociales se dégradent.

N'attends pas qu'il soit trop tard! Nous te donnons ici quelques conseils qui vont te permettre de reconnaître à temps une utilisation problématique du Web et, si nécessaire, de trouver de l'aide.



1 Est-ce que je suis en train de développer une cyberdépendance?

Les services proposés sur Internet peuvent créer chez certaines personnes une cyberdépendance. Une telle addiction est de même nature que celle aux drogues. On en veut toujours plus et, avec le temps, on nuit de manière préoccupante à soi-même et à son entourage. La cyberaddiction ne s'installe pas du jour au lendemain, mais de façon lente. Pour en savoir plus sur toi, pose-toi les questions suivantes et interviens avant qu'il soit réellement trop tard, en d'autres termes, avant que ton utilisation du Web devienne problématique.

- Passes-tu de plus en plus de temps sur l'Internet?
- Te sens-tu en colère, frustré ou agressif si tu ne peux pas utiliser l'ordinateur?
- Te rends-tu compte que tu penses de plus en plus souvent à un jeu, à tes amis sur le tchat ou de la communauté virtuelle?
- Est-ce que le nombre de tes amis dans la vie réelle diminue tandis que celui du monde virtuel augmente?
- As-tu déjà renoncé à des activités récréatives ou des centres d'intérêt pour passer davantage de temps sur Internet?
- As-tu des difficultés à l'école ou l'apprentissage et tu préfères te distraire avec les activités sur la toile?

Si tu as répondu par «oui» à une seule question (en étant honnête dans ton propre intérêt!), il est temps de réagir!

2 Que puis-je faire si je risque de développer une cyberaddiction?

Le deuxième pas consiste maintenant à te faire aider par un tiers pour que, de nouveau, tu puisses gérer de façon optimale tes activités virtuelles. Le mieux c'est que des personnes de ton entourage puissent t'aider à réorganiser tes journées. Sans oublier le temps de jouer sur l'ordinateur, de tchater ou de te rendre sur des sites communautaires, il faut redonner de l'importance aux autres activités. Tu peux également consulter un service de conseils dont les adresses sont indiquées en fin de document, tout comme d'autres informations complémentaires.

3 Que puis-je faire si des amis risquent de développer une cyberaddiction?

Peut-être que tu connais un ami ou une copine qui accorde trop d'importance à Internet. Il ou elle se retire de plus en plus du monde réel et néglige ses amitiés du fait que son intérêt se restreint aux seules activités sur l'ordinateur. Ne fais pas semblant de ne pas t'en apercevoir! Discute avec elle ou lui, propose ton aide et, si tes efforts ne portent pas leurs fruits, recherche du soutien auprès d'un adulte. Vraiment, les activités virtuelles peuvent créer une réelle dépendance et tu réagiras sûrement aussi si l'un de tes amis ou l'une de tes copines se drogue ou perde le sens de la réalité.

4 Informations complémentaires et services de conseils

- Questionnaire pour évaluer ta cyber-dépendance www.psynternaute.com/html/questionnaire.cfm
- Evalue rapidement ta cyber-addiction au jeux d'ordinateur: www.game-addict.org/addiction-addict_ou_pas.html
- Le service de contact téléphonique et en ligne (conseils par SMS et sur tchat) de la pro juventute pour les enfants et les adolescents offre également une assistance dans le domaine de la cyberaddiction: www.147.ch
- Le site propose du soutien et des conseils sur le thème de la dépendance à l'Internet: www.ciao.ch.
- www.pegi.info: Il s'agit du système européen de classification par catégorie d'âge des logiciels de loisirs. Conçu pour éviter qu'en fonction de leur âge les mineurs ne soient exposés à des logiciels de loisirs aux contenus inappropriés, le système est soutenu par les principaux fabricants de console, ainsi que par la plupart des éditeurs et des développeurs européens de logiciels de loisirs.

Pour les
parents

Abus sexuels sur l'Internet

Abus sexuels sur l'Internet, où et comment sont-ils commis?

Les sites de réseautage social comme Facebook ou les sites communautaires, tels que Netlog, MySpace ou autres, sont très convoités par les adolescents d'aujourd'hui et se substituent progressivement aux sites de clavardage. Ces plateformes modernes proposent, outre la possibilité de tchater, divers autres services permettant aux jeunes de créer des groupes et de se présenter aux autres. Les adolescents y communiquent et flirtent entre eux, exposent leurs profils, photos et vidéos, créent des groupes d'intérêt et nouent de nouvelles amitiés. Or, ces activités récréatives modernes s'associent aussi à certains risques, sur lesquels nous devons attirer l'attention des jeunes. Ce qui est alors primordial, c'est de leur expliquer comment prévenir ces dangers et quels moyens sont à leur disposition pour se défendre.

En effet, les personnes qui s'inscrivent sur ces réseaux en vue d'entrer en contact avec des enfants et des adolescents pourraient avoir notamment des intentions de commettre des abus sexuel. Sur l'Internet, nous ne pouvons jamais être sûrs à 100% de la personne qui se cache derrière un profil. C'est pourquoi, les adolescents doivent d'une part rester prudents quand ils font de nouvelles connaissances et, d'autre part, s'habituer à respecter les mesures de prévention que nous allons vous détailler.

1 Prévenir

Avez-vous interrogé votre enfant sur ses activités sur l'Internet?

Renseignez-vous sur les communautés en ligne fréquentées par votre enfant: créez vous-même un profil et informez-vous sur les possibilités de préserver au maximum la sphère privée. En règle générale, vous avez la capacité de protéger l'aspect confidentiel des données dans les sous-menus «Extras» ou «Paramètres» proposés par de nombreux sites. Si vous avez des questions concernant ces paramètres, contactez les modérateurs ou le webmaster. Sachez que tout profil déposé ne devrait être accessible qu'aux amis que votre enfant connaît personnellement. Laissez-lui vous expliquer la façon dont il communique sur les sites communautaires et avec qui il entretient des contacts. Construisez une relation basée sur la confiance avec votre enfant afin qu'il se sente en confiance et qu'il s'adressera à vous si jamais il se trouve dans une situation embarrassante.

Discutez-vous avec votre enfant du contenu du profil qu'il a créé?

Entretenez-vous avec votre enfant du profil qu'il a posté sur un site communautaire. Parlez-lui des informations non appropriées (nom, adresse, téléphone, âge, photos et vidéos gênantes ou aguicheuses) et de la manière dont des tiers pourraient s'en servir pour lui nuire. Faites-lui comprendre que certaines personnes cachent leur véritable identité derrière de fausses données. Il est en effet très facile de dissimuler des mauvaises intentions derrière un profil créé de toutes pièces.

Etes-vous d'accord que votre enfant rencontre une personne connue sur l'Internet?

Si votre enfant a moins de 16 ans, interdisez-lui de rencontrer seul des personnes connues sur l'Internet. Pour les jeunes de plus de 16 ans, il est important de discuter avec eux des dangers qu'une telle rencontre représente et de fixer des limites très claires. Pour vous aider, vous trouverez en fin de document quelques exemples de règles et de recommandations pour les rendez-vous avec une personne connue sur le Web.



Avez-vous besoin de soutien dans cette démarche?

Contactez les administrateurs des sites communautaires si vous avez des questions concrètes ou si vous souhaitez signaler un abus (abus sexuel, cyber-intimidation, contenus non appropriés, etc.).

Utilisez les offres de «l'association pour l'animation jeunesse en milieu ouvert» (voir ci-après sous «Informations complémentaires») qui propose aussi des cours spécifiques à l'utilisation «des sites de réseautage social» pour les parents et pour les adolescents.

2 Agir si votre enfant est victime d'abus sexuel

Si votre enfant a été victime d'un abus sexuel, contactez immédiatement le centre de conseils aux victimes (LAVI) de votre canton (vous trouverez l'adresse en fin de document) et portez plainte à la police.

3 Fournir également votre aide à des tiers

Si votre enfant ou vous-même avez pris connaissance d'un abus sexuel sur un enfant ou un adolescent, proposez votre aide. Renseignez les personnes concernées sur la manière de s'informer, sur où trouver de l'aide et sur comment mieux se protéger à l'avenir.

Conseils pour les adolescents qui souhaitent rencontrer une personne connue sur l'Internet

Sur les tchats et les sites de réseautage, les enfants et les adolescents cherchent non seulement à communiquer, mais aussi à faire de nouvelles connaissances, dont des personnes qu'ils souhaitent éventuellement rencontrer personnellement. De tels rendez-vous sont toujours associés à des risques puisqu'on n'est jamais sûr à 100% de la personne qui se cache derrière un profil posté sur le Web ou qu'elles sont ses réelles intentions.

Pour cette raison, nous conseillons aux responsables de l'éducation, d'interdire aux enfants de moins de 16 ans toute rencontre avec une personne connue sur l'Internet, en tout cas pas seuls.

À la puberté, les adolescents remettent en question les règles fixées par les adultes, veulent se distinguer des parents et cherchent, de temps à autre, à enfreindre les règles. De tels comportements et la prise de risques associée font aussi partie de l'évolution des jeunes de cette tranche d'âge. Or, dans votre rôle de parents, vous êtes en droit de – voire vous devez – fixer des limites, pointer les dangers et surveiller d'une certaine manière votre enfant devenu adolescent.

Pour ces raisons, il est souvent plus astucieux de minimiser les risques encourus par les jeunes en leur proposant des conseils et des indications de comportement adaptés, plutôt que d'imposer des interdictions. Ci-après, vous trouverez des exemples de conseils que vous devriez faire passer aux adolescents si ceux-ci souhaitent se rendre à un rendez-vous avec une personne connue sur l'Internet.

4 Informations complémentaires et services de conseils

- Les sites suivants proposent des informations utiles sur le thème de l'abus sexuel sur les enfants et les adolescents:
www.stopp-kinderpornografie.ch/3/fr
www.schau-hin.ch/francais/pages/AK/AK.shtml
<http://kinderschutz.ch/cms/fr>
- L'«Association pour l'animation jeunesse en milieu ouvert» propose une liste de tous les services cantonaux d'aide aux victimes:
www.doj.ch/13.html?L=1
- Les adresses de toutes les organisations d'aide aux victimes agréées sont disponibles en ligne sur: www.sodk.ch/fileadmin/user_upload/Fachbereiche/Opferhilfe/Adr_OHberatungsstellen_2008.pdf

- Ne te rends à un rendez-vous ou n'y reste que si ton pressentiment est bon. Si tu as des doutes, n'y vas pas ou ne reste pas.
- Ne rencontre pas seul(e) une personne connue sur l'Internet et uniquement dans un lieu public.
- Ne bois pas une boisson qui a échappé à ta vigilance. Certaines personnes mal intentionnées y versent une drogue qui t'empêche de te défendre ainsi que de te souvenir de ce qui s'est passé. Ne quitte jamais des yeux ton verre et, si tu devais quitter la table, finis-le avant de te lever.
- Avant la rencontre, exige de la personne son numéro de téléphone et vérifie-le en l'appelant. Si elle ne te répond pas, mieux vaut ne pas te rendre au rendez-vous. Si elle t'envoie des SMS ou des MMS, ne les effaces pas. Demande-lui également son nom et son adresse. Si elle ne veut pas révéler son identité ou cherche à détourner la conversation, décommande le rendez-vous.
- Avant la rencontre, confie toutes les informations relatives à cette personne à un tiers en qui tu as confiance. Dis-lui également à quelle heure tu seras rentré(e) ou que tu l'appelleras. Le mieux, c'est encore de téléphoner au tiers en qui tu as confiance une heure après le début du rendez-vous. Et si jamais tu ne l'as pas fait, il alertera la police en lui fournissant toutes les informations que tu as recoltées.
- Explique à la personne avec qui tu as rendez-vous que tu as confié toutes les informations à un tiers afin de te rassurer.

Pour
les jeunes
filles et
garçons

Abus sexuels sur l'Internet

Les sites communautaires sont chouettes à condition de respecter certaines règles

Facebook, Netlog, MySpace ou autres sites de réseautage social ou communautaires sont vraiment sympas. Tu peux t'y présenter comme tu en as envie, discuter avec tes amis et tes copines et rencontrer de nouvelles personnes. Mais, il y a aussi des personnes qui cherchent à contacter des enfants et des adolescents pour abuser d'eux. Sur l'Internet, on n'est jamais sûr à 100% de la véritable personnalité de son vis-à-vis; prudence, donc!

Nous te donnons ici quelques conseils pour te protéger contre ces individus et que le temps que tu passes sur le Web soit un réel plaisir!



1 Quel comportement dois-je adopter?

Préserve ta sphère privée!

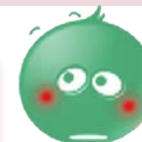
Autant que possible, préserve ta sphère privée. Règle les paramètres de sécurité sur la position maximale. Tes informations ainsi que ta situation doivent être accessibles seulement aux personnes que tu connais. Dans les sous-menus «Extras» ou «Paramètres», tu peux effectuer de tels réglages. Va également voir sur «Informations complémentaires» tout en bas de ce texte, tu y trouveras d'autres conseils relatifs au paramétrage de la sphère privée en fonction des différents opérateurs. Si tu doutes de la fiabilité d'une communauté dont tu fais partie, contacte l'administrateur du site et demande-lui comment régler ces variables. Le profil que tu mets en ligne doit rester aussi neutre que possible. Ne révèle jamais ton nom complet, ton âge, ton adresse, ton école, les associations dont tu fais partie ou toute autre information qui pourrait permettre de t'identifier formellement ou te localiser.

Les mots de passe sur MSN, PartyGuide, Netlog par exemple doivent rester secrets; ne les divulgue même pas à ta meilleure amie ou ton meilleur copain. Toute amitié peut se défaire et d'autres personnes pourraient créer des ennuis à des tiers en se servant de ton identité ou pseudo.

Prudence quand tu noues des contacts avec des inconnus!

Communique seulement avec des personnes que tu connais et que tu apprécies. Si tu reçois des messages indésirables de gens que tu ne connais pas, ignore-les. Sur les sites, sélectionne «Paramètres» et décoche les cases «Transfert de fichiers», «Webcam» et «Voix», en d'autres termes refuse de les recevoir de la part d'inconnus. Règle les paramètres de façon à ce que les images de ta webcam – si tu en as une – ne puissent pas être visionnées par n'importe qui. N'hésite pas à te faire aider pour ce faire, il n'y a pas de honte à ne pas savoir.

Coche les fonctions «Afficher l'heure d'envoi des messages» et «Archiver automatiquement l'arborescence de mes conversations (Logfiles)» si le site communautaire sur lequel tu t'es inscrit le permet, sinon choisis un autre site. Ainsi, en cas d'harcèlement, tout message reçu sera daté et enregistré. Inscris en outre les contacts de tchat non désirés sur la liste des contacts à bloquer.



Une rencontre accompagnée avec des personnes connues sur l'Internet!

Toute rencontre avec une personne connue sur Internet est risquée. Tu ne sais jamais qui se cache derrière un profil virtuel. C'est pourquoi, il est très important que tu te prépares soigneusement à une telle rencontre. En fin de document, nous te proposons quelques conseils que tu dois vraiment prendre au sérieux!

Montre ton profil à un adulte de confiance!

Les photos mises en ligne (associées à un profil) peuvent être visualisées, enregistrées et utilisées par un grand nombre de personnes. Privilégie des photos drôles ou représentant des objets amusants. Évite les images sur lesquelles tu es facilement reconnaissable. Le mieux c'est encore de montrer ton profil à un adulte de confiance qui pourra te dire clairement quel effet il produit sur lui.

2 Que faire si je subis des harcèlements sexuels?

Tout d'abord, tu dois en informer un adulte en qui tu as confiance et lui raconter ce qui s'est passé. Ne le garde pas pour toi. Il existe des formes d'harcèlement qui sont des délits et, de ce fait, doivent être dénoncées à la police, p. ex. l'envoi d'images ou de films pornographiques. Rassemble le plus d'informations possibles (images, textes, heures d'envoi des fichiers, etc.) pour aider la police à identifier rapidement le délinquant. Comme déjà expliqué, tu ne dois en aucun cas rester en contact avec cette personne, mais réagir concrètement. Coupe court à toute tentative de contact!

Avec un adulte de confiance, vous pouvez alors décider si vous voulez porter plainte ou non. Vous pouvez également vous adresser à un centre de conseils aux victimes qui vous informera sur la procédure à suivre.

Si tu t'es rendu à un rendez-vous et si celui-ci s'est mal passé, que la personne a essayé de te harceler ou d'abuser de toi, adresse-toi immédiatement à un centre de conseils d'aide aux victimes! Avec l'aide d'un spécialiste, vous pourrez alors décider ensemble de ce qui doit être entrepris et de quelle manière.

3 Que faire si une amie ou un ami est victime d'harcèlement?

Beaucoup de jeunes qui ont subi un abus sexuel n'osent pas s'adresser aux adultes pour leur en parler, mais préfèrent se confier à leurs amis proches. Si un tel cas se produit, essaie de le convaincre pour qu'il en parle aussi à un adulte. Comme décrit ci-dessus (point 2), vous pouvez décider ensemble des mesures à prendre.

4 Informations complémentaires et services de conseils

- Tu trouveras sur le site www.safersurfing.ch/2/fr toutes les informations et tous les conseils utiles concernant l'utilisation de l'Internet.
- Le site Internet de la pro juventute www.147.ch propose, entre autres, une assistance téléphonique et une aide en ligne pour les enfants et les adolescents.
- Le site pour les jeunes www.ciao.ch/f propose des informations et des conseils sur le thème de l'abus sexuel.
- 10 conseils pour gérer sa vie privée sous Facebook, Netlog, MySpace, LinkedIn www.20min.ch/ro/multimedia/stories/story/10824275
www.plusmagazine.be/fr/multimedia/internet/artikel/465/facebook-myspace-linkedin-vous-connaissiez/6

Conseils pour rencontrer une personne connue sur Internet

Peut-être recherches-tu de nouvelles connaissances sur les sites de réseautage social et les tchats, peut-être souhaites-tu aussi les rencontrer réellement? Or, de tels rendez-vous sont toujours associés à certains risques puisque tu ne peux jamais être sûr à 100% de la vraie personnalité de ton vis-à-vis virtuel.

Si tu n'as pas encore 16 ans, laisse tomber les nouvelles connaissances et occupe-toi plutôt des amis que tu connais déjà. Si tu as plus de 16 ans, tu trouveras ci-après quelques conseils que tu dois absolument suivre si tu te rends à un rendez-vous avec une personne connue sur Internet:

- Ne te rends à un rendez-vous ou n'y reste que si ton sentiment est bon. Si tu as des doutes, n'y vas pas ou ne reste pas.
- Ne rencontre pas seul(e) une personne connue sur l'Internet et uniquement dans un lieu public.
- Ne bois pas une boisson qui a échappé à ta vigilance. Des personnes mal intentionnées pourraient y verser une drogue qui t'empêchera de te défendre et de te souvenir de ce qui s'est passé. Ne quitte jamais des yeux ton verre et, si tu devais quitter la table, finis-le avant de te lever.
- Avant la rencontre, exige de la personne son numéro de téléphone fixe et vérifie-le en l'appelant. Si elle ne te répond pas, mieux vaut ne pas te rendre au rendez-vous. Si elle t'envoie des SMS ou des MMS, ne les efface pas. Demande-lui également son nom et son adresse. Si elle ne veut pas révéler son identité ou cherche à détourner la conversation, décommande le rendez-vous.
- Avant la rencontre, confie toutes ces informations à un tiers de confiance. Dis-lui également à quelle heure tu seras rentré ou que tu l'appelleras. Le mieux, c'est encore le contacter une heure après le début du rendez-vous. Et si jamais tu ne l'as pas fait, il alertera la police en lui fournissant toutes les informations que tu as récoltées.
- Explique à la personne avec qui tu as rendez-vous que tu as confié toutes ces informations à un tiers afin de te rassurer.

Pour les
parents

Cyber-intimidation

(cyber-mobbing)



La cyber-intimidation, qu'est-ce que c'est?

On parle de cyber-intimidation (cyber-mobbing) quand, au cours d'une période assez longue, une personne (très souvent un enfant ou un adolescent) se fait harceler, intimider, importuner, voire littéralement terroriser par autrui sur l'Internet.

La méthode de cyber-mobbing la plus fréquemment rencontrée est la suivante: la victime est harcelée et humiliée par autrui qui diffuse des photos ou des vidéos gênantes et osées, voire des informations blessantes sur le Web ou des téléphones portables. De même, des profils falsifiés sur des sites sociaux ou communautaires peuvent embarrasser les victimes et leur créer des ennuis considérables. L'identification des auteurs d'attaques de mobbing est souvent plus facile quand il s'agit de formes autres que celles utilisant les nouveaux médias. En effet, via le Web, les personnes se rendent souvent compte (trop) tard qu'elles sont victimes de cyber-intimidation et elles n'ont que peu de moyens à leur disposition de savoir qui en sont réellement les responsables. De plus, les informations falsifiées sur la victime ne peuvent pas être rayées de la toile et rien ne permet d'évaluer correctement l'étendue de la diffusion. Beaucoup d'enfants et d'adolescents victimes de cyber-intimidation ne se confient ni aux parents ni aux enseignants. Or, une intervention rapide des responsables de l'éducation est primordiale pour mettre fin à la cyber-intimidation.

1 Est-ce que mon enfant est à risque?

Nous vous proposons quelques conseils pour réduire au maximum le danger que votre enfant ne devienne victime de cyber-intimidation ainsi que sur comment réagir si c'était le cas.

Votre enfant connaît-il la portée des informations concernant diffusées sur l'Internet

La plupart des enfants et des adolescents sont particulièrement insouciants en ce qui concerne leurs informations personnelles sur le Web; ils les révèlent facilement et mettent des photos en ligne. «Googlez» votre enfant en lançant des recherches sur son nom, son adresse e-mail ou son numéro de téléphone portable. Cela vous permettra de prendre conscience de la quantité et de la nature des renseignements sur votre enfant qui sont librement accessibles en ligne. Explorez avec votre enfant les résultats de ces recherches et demandez-lui s'il rendrait ces informations également publiques dans une publicité au cinéma ou sur le panneau d'affichage de l'école. Les enfants et les adolescents ne réalisent pas suffisamment que ces informations peuvent être consultées par un très grand nombre de personnes, dans le monde entier, dont certaines sont malintentionnées.

Avez-vous déjà abordé le sujet de la cyber-intimidation avec votre enfant?

Même si votre enfant n'est pas victime d'une cyber-intimidation, il est important d'en discuter avec lui. C'est en sujet de son époque. Faites-lui savoir qu'il n'est pas impuissant si cela devait lui arriver. En se défendant et en se confiant à autrui, il a plus de chances de mettre l'auteur des faits devant ses responsabilités. Il faut qu'il sache que les mal-fauteurs laissent très souvent des traces qui permettent ensuite de les identifier. Expliquez-lui que vous êtes là pour l'aider si quelqu'un cherche à l'intimider.

Avez-vous établi un climat de confiance avec votre enfant?

De temps à autre, demandez à votre enfant comment ça se passe avec ses contacts virtuels. Restez vigilants si vous remarquez que son comportement change, typiquement s'il se renferme sur lui-même ou ne vous raconte plus rien sur ses relations avec les autres sur les sites communautaires ou le tchat. Rappelez-lui que la cyber-intimidation existe et demandez-lui s'il en a déjà été victime. Si vous avez des soupçons, encouragez-le pour qu'il se confie à vous. Plus vous en prenez connaissance tôt, mieux vous pouvez intervenir efficacement.

Ne menacez pas votre enfant de lui interdire l'accès à l'Internet, par exemple, si jamais il a fait une mauvaise expérience. Sinon, en cas de difficultés, il risque de ne plus se confier à vous, même en cas d'attaque de mobbing encore plus sévère.

2 Que dois-je faire si mon enfant est victime de cyber-intimidation

En premier lieu, cherchez à savoir ce qui s'est réellement passé!

S'agit-il d'une querelle entre copains ou est-ce que votre enfant est intimidé ou importuné de façon régulière par des personnes anonymes? Est-ce qu'il sait qui se cache derrière ces agissements? Est-ce que l'intimidation a pris une proportion telle que la situation lui échappe totalement?

Si les auteurs des attaques de mobbing sont plus ou moins connus, cherchez le dialogue avec les enfants, les adolescents, les parents et, si les intimidations touchent le milieu scolaire, avec les enseignants. Discutez entre adultes des mesures à prendre et y associer aussi votre enfant. Essayez en premier lieu de résoudre le conflit avec les personnes concernées.

Modifiez les informations en ligne concernant votre enfant!

Changez son adresse e-mail et, si nécessaire, aussi son numéro de téléphone portable, afin de mettre un terme aux attaques de mobbing. Conseillez-lui également de modifier son pseudonyme sur les sites communautaires et sur les tchats. Signalez les coordonnées de l'auteur aux modérateurs des sites ou des clavardages concernés. Exigez d'eux de supprimer les contenus, les photos et les vidéos qui portent atteinte à l'intégrité morale de votre enfant.

3 Votre enfant est lui-même l'auteur de cyber-intimidation

Vous devez également intervenir si vous découvrez que votre enfant participe à des attaques de mobbing. Il doit savoir que les actes d'intimidation sur l'Internet peuvent nuire gravement aux personnes ciblées et que toute participation peut être considérée comme délictueuse. En effet, un clic de souris présumé innocent peut avoir des conséquences graves, non seulement pour la victime, mais aussi pour l'auteur de l'acte, et ce pour longtemps! Après clarification des faits, vous devriez discuter des mesures à prendre avec le personnel enseignant (si la cyber-intimidation se déroule dans un contexte scolaire), avec la victime et avec ses parents.

4 La cyber-intimidation vit aussi grâce aux complices muets

Il arrive fréquemment que les enfants et les adolescents sont au courant d'attaques de mobbing même s'ils n'y participent pas activement. La cyber-intimidation est tout sauf «cool». Faites-le savoir à votre enfant et expliquez-lui qu'il faut traiter autrui de la même manière que l'on souhaite l'être. Encouragez votre enfant à faire preuve de civisme et d'intervenir, si nécessaire, en se confiant à un adulte. Il ne s'agit alors pas de trahir ses copains, mais de faire preuve de courage!

Si vous n'arrivez pas à trouver une solution au problème, adressez-vous à des professionnels!

Si votre enfant est victime de cyber-intimidation et vous ne savez pas comment réagir face à la situation, adressez-vous à un service de conseils aux victimes. Parlez-en aussi aux enseignants si votre enfant s'est confié à vous. Les services professionnels offrent des conseils sur l'aspect juridique du problème et sur l'intérêt de porter plainte auprès de la police. De plus, la loi protège les citoyens d'atteintes à l'honneur (injures, calomnie). Les menaces, l'harcèlement sexuel ou le chantage sont des faits qui relèvent du droit pénal et, s'ils ont été dénoncés, doivent permettre de confondre les auteurs des délits. Pour cela, rassemblez toutes les preuves afin de pouvoir les présenter. Ne détruisez rien dans la colère.

5 Informations complémentaires et services de conseils

- Les sites suivants proposent des informations utiles sur le thème du cyber-mobbing:
www.educa.ch/dyn/198173.asp
<http://teljeunes.com/informe-toi/internet/la-cyberintimidation>
- Liste d'adresses de tous les services de conseils aux victimes:
www.aide-aux-victimes.ch

Cyber-intimidation

(cyber-mobbing)



Qu'est-ce que le cyber-intimidation?

C'est le fait de diffuser sur Internet des rumeurs, d'envoyer des photos gênantes, de modifier des profils en ligne, de harceler à répétition une personne par e-mail, sur un tchat ou un site communautaire, de proférer des menaces ou faire du chantage. Toutes ces méthodes qui ont pour but de détruire moralement une personne en particulier en utilisant l'Internet ou les téléphones portables s'appellent mobbing ou cyber-mobbing. Sur l'Internet aussi, les relations humaines ne sont pas toujours conviviales. En effet, il est de plus en plus fréquent que des enfants ou des adolescents se servent des nouveaux médias pour nuire à autrui.

Comparés à la jeunesse d'aujourd'hui, les jeunes d'hier n'étaient pas forcément plus sympas entre eux. Ce qui est différent, en revanche, c'est l'utilisation des nouveaux outils technologiques amplifiant ainsi grandement les dégâts causés aux victimes. Ainsi, sur l'Internet, par exemple, un simple clic de souris suffit pour diffuser des textes, des images et des vidéos à une vitesse folle en rendant toute interruption ou suppression des contenus quasiment impossibles. De plus, personne ne peut prévoir à l'avance sur quels ordinateurs ces données vont pouvoir être consultées et ce que les autres sont capables d'en faire. Beaucoup de gens malintentionnés pensent aussi qu'ils peuvent divulguer des méchancetés sans être identifiés: l'Internet incite à commettre des attaques lâches! Or, il est tout à fait possible de retrouver les traces des mal-fauteurs, même sur le Web. Blesser moralement, diffamer, menacer, faire du chantage ou diffuser de fausses informations sont des actes interdits et, s'ils sont dénoncés, la police dispose des moyens pour identifier les auteurs.

1 Tu veux éviter d'être une victime de cyber-intimidation?

Nous avons préparé quelques conseils pratiques pour te permettre de mieux te protéger contre les attaques de mobbing ou de mieux te défendre si jamais tu en es déjà victime.

Protège ta sphère privée dès le début!

Réfléchis sérieusement sur les informations et les photos te concernant que tu souhaites poster sur Internet. Plus les renseignements sont détaillés, plus la capacité d'attaque devient importante. Vérifie le paramétrage des services que tu utilises: Qui peut consulter librement ton profil? Sur la plupart des sites, c'est à toi de régler les paramètres pour protéger ta sphère privée.

Lance une recherche sur Google ou un autre moteur de recherche avec ton adresse e-mail et ton nom pour vérifier quelles infos sont visibles sur le Web et sur quels sites. N'oublies pas que les images et les informations peuvent aussi être copiées, modifiées et diffusées par autrui sans que tu puisses intervenir.

Ne révèle jamais ton mot de passe!

Si quelqu'un connaît ton mot de passe, cette personne peut s'en servir pour commettre des bêtises, voire même harceler d'autres personnes en usurpant ton identité. C'est pourquoi, il faut que tu considères un mot de passe comme une clé que tu ne confieras pas non plus à n'importe qui, même pas à ta meilleure amie ou ton meilleur copain. L'amitié n'est pas toujours éternelle.

Au moindre doute, n'hésite pas à changer ton mot de passe. Il est recommandé de le changer régulièrement et qu'il soit un peu complexe (pas le nom de ton chat ou de ton chateaur préféré).

Ne réponds pas aux attaques!

Si une personne t'attaque par le biais d'un site communautaire, d'un tchat ou par SMS/MMS, ne réagis pas! Autrement, tu donnes à l'auteur des raisons de poursuivre. Il aura gagné! En revanche, si tu n'y réponds pas, il perd rapidement l'intérêt à te harceler. De plus, en choisissant ton opérateur d'un site communautaire ou d'un tchat, privilégie ceux qui proposent la fonction «ignorer/bloquer les contacts indésirables».

2 Que puis-je faire en cas d'attaque de mobbing?

Si tu subis de telles attaques de façon régulière par une ou plusieurs personnes, si de fausses informations te concernant sont diffusées, si de faux profils te visant sont mis en ligne et si des photos gênantes de toi sont rendues publiques, tu dois réagir! Et plus tôt tu le fais, mieux c'est. Rassembles toutes les informations relatives à ces attaques et fais en des copies et des impressions qui pourront servir ultérieurement comme preuves. Confies-toi à une personne de confiance qui pourrait t'aider. Ensemble, vous déciderez s'il faut porter plainte à la police ou non. En tant que mineur, c'est un représentant légal qui doit t'accompagner. Si les attaques sont sérieuses et si elles ont été dénoncées, la police, avec l'aide de l'opérateur de téléphonie mobile ou du site Internet concerné, dispose de bons moyens pour identifier les auteurs.

3 Que dois-je faire si j'ai participé à une attaque de mobbing?

Si tu as mis dans l'embarras, attaqué ou harcelé une personne sur Internet ou si tu as créé et diffusé des images gênantes d'autrui, il est grand temps que tu réalises ce que tu as fait. Comme nous te l'avons expliqué auparavant, les dégâts commis par de tels actes peuvent avoir des conséquences graves et, dans certaines circonstances, sont considérés comme délictueux. Sache que les attaques de mobbing ne sont ni «cool» ni inoffensives! Et l'excuse de dire «d'autres le font aussi», n'est pas valable! Bien au contraire, il faut du courage et de la confiance en soi pour dire non, pour ne pas participer et pour informer des personnes adultes si jamais tu es au courant d'attaques de mobbing. Tu montreras ainsi tes vraies valeurs.

4 Complices, ne restez pas muets!

Même si tu es «seulement» au courant d'attaques de mobbing, sans y participer, tu dois réagir. Très souvent, la cyber-intimidation se réalise grâce aux complices muets. Mets-toi à la place de la victime qui est sans défense, totalement livrée aux attaques (présumées) anonymes. Tu aimerais que tout le monde te laisse tomber et que personne ne t'aide? Recherche le dialogue avec tes amis dont tu sais qu'ils ne sont pas impliqués. Si tu n'arrives pas à convaincre les auteurs des attaques de cesser. Il ne s'agit alors pas de trahir, mais de faire preuve de courage en informant tes parents ou tes professeurs!

5 Informations complémentaires et services de conseils

- Informe-toi en détail sur le thème de cyber-mobbing: www.educa.ch/DYN/190918.asp
- Le site Internet de la pro jeunesse propose une assistance téléphonique et en ligne www.147.ch
- Le site pour les jeunes offre des informations et des conseils sur le thème de cyber-mobbing: www.ciao.ch/f
- Le service social de ton établissement scolaire est à ton écoute si tu as des questions ou des problèmes concernant le mobbing ou le cyber-mobbing.